

3. Ямалетдинова Г.А. Система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры : автореф. дисс. ... д-ра пед. наук / Гуманитарный ун-т г. Екатеринбурга. М., 2009. 47 с.

Сосуновский В.С., Загревская А.И.

Национальный исследовательский Томский государственный университет,
Томск, Россия

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПРИ ПОМОЩИ ИНДЕКСОВ, СТАНДАРТОВ И КОРРЕЛЯЦИИ, НРАВСТВЕННАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье представлены результаты изучения соматометрических показателей физического развития школьников. С помощью индексов рассчитаны индивидуальные должные показатели физического развития. Оценена крепость телосложения школьников при помощи индексов, стандартов и корреляции и развитие грудной клетки по методике Эрисмана. Установлено недостаточное развитие скелетной мускулатуры у всех испытуемых, не достаток ЖЕЛ. Определены показатели, требующие коррекции средствами физического воспитания.

Ключевые слова: физическое развитие, нравственное воспитание, школьники, «Фэйр Плэй».

Sosunovsky V.S., Zagrevskaya A.I.

National Research Tomsk State University,
Tomsk, Russia

DEFINITION OF PHYSICAL DEVELOPMENT BY MEANS OF INDEXES, STANDARDS AND CORRELATION, MORAL ORIENTATION OF CHILDREN OF MIDDLE SCHOOL AGE

Abstract. Results of studying are presented in article the morphological of indicators of physical development of school students. By means of indexes individual due indicators of physical development are calculated. Fortress of a constitution of school students by means of indexes, standards and correlation and thorax development by Erisman's technique is estimated. Insufficient development of skeletal muscles in all examinees, not prosperity of vital capacity of lungs is established. The indicators demanding correction by means of physical training are defined.

Keywords: physical development, moral education, school students, "Feyr of Pley".

Введение. «В здоровом теле - здоровый дух» - крылатое выражение (Децим Юний Ювенал) [1; 3-12]. Автор данного изречения стремился сформулировать мысль о гармонично развитом человеке, которому присуще и то, и другое. Эта фраза известна нам из древних времен (ок. 60 – ок. 127), и популярна до сих пор.

В настоящее время особенно актуальна, остается проблема именно гармоничного развития личности среди подрастающего поколения. Спорт и физическая культура являются одним из наиболее эффективных средств для всестороннего развития человека. «Для каждого человека спорт - это возможный источник для самосовершенствования» (Пьер де Кубертен) [2; 80]. При этом не только физического, но и нравственного.

Однако в современном обществе с все более возрастающей ценностью прагматизма, материализма и снижение общей культуры личности, в образовательной системе учителя и тренеры уделяют недостаточно внимания формированию именно духовной стороны своих воспитанников, ограничиваясь лишь программным материалам и односторонним развитием [3; 352].

Поэтому *целью* данного исследования является изучение морфо-функциональных показателей детей старшего школьного возраста, на ряду, с оценкой нравственной культуры личности.

Задачи

1. Оценить степень отклонения стандартов физического развития от нормы у детей среднего школьного возраста.
2. Выявить приоритетные жизненно важные ценности для детей среднего школьного возраста.
3. Провести комплексный анализ уровня гармоничности физического и нравственного развития у детей среднего школьного возраста.

Организация и методы исследования. В исследовании принимали участие школьники 5-9 классов 11-15 лет (602 человека). Для выявления нравственной культуры и физического развития школьников применялись следующие методы: обзор литературных источников, анкетирование, педагогическое наблюдение, оценка физического развития с помощью стандартов и корреляции.

Результаты и их обсуждение. Только лишь одностороннее развитие (например, только физическое) приведет к массовой деградации всего общества. Многие исследователи и социологи отмечают подобные негативные тенденции среди поколений 21 века. Об этом также свидетельствуют проведенные исследования нравственной культуры личности современных школьников [4;289].

Такая ценность как «Толерантность к взглядам и мнению других, умение прощать их ошибки и заблуждения» являются ценностью для большего числа школьников (45%), также, для значительного количества школьников, она либо не имеет значения, либо они затруднились с ответом.

На рисунке показаны данные о стремлении школьников к достижению высоких результатов в жизни, из которого видно, что 15% стараются

достичь своих целей, а для 55% это вообще не имеет значения, и 9% не смогли ответить на данный вопрос.

44% респондентов обладают трудолюбием, тогда как многие стремятся (34 %) и мечтают об этом (14 %), 8% затруднились дать оценку этому качеству.

При этом исследования физического развития детей среднего школьного возраста, выявило также не утешительные результаты.

При анализе морфофункциональных показателей, у значительной доли школьников зафиксированы, низкие и очень низкие показатели, и совсем у небольшой части обследуемых выявлены ниже среднего, типичные и выше среднего морфофункциональные показатели физического развития.

К примеру, у 45% школьников выявлено недостаточность массы тела. По показателям обхватов грудной клетки в спокойном состоянии, при максимальном вдохе и максимальном выдохе более чем у 60% школьников выявлен очень низкий уровень, а также у более 25% школьников этот показатель находится в низком диапазоне и всего лишь у 5% обследуемых наблюдается типичный уровень развития грудной клетки.

По показателям жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у 60% испытуемых также выявлен очень низкий уровень, низкий и уровень ниже среднего составили 20% школьников, аналогичная ситуация выявлена при количественном анализе доли обследуемых с типичным уровнем ЖЕЛ, в тоже время ни у одного испытуемого не наблюдался выше среднего и высокие показатели развития дыхательной системы.

По параметрам обхватов верхних и нижних конечностей более чем у 50% школьников выявлен низкий показатель, тогда как всего лишь у 5% обследуемых - типичный уровень.

Заключение. После проведенного исследования можно сделать вывод, о том, что у современных школьников неблагоприятное физическое развитие отражается и на нравственной культуре личности, которая ухудшается с каждым годом. Поэтому, необходимо обратить особое внимание на протекание данных негативных процессов в обществе. Для возможной корректировки сложившейся ситуации была разработана методика, направленная на воспитание нравственной культуры личности, на физическое развитие, предназначенная для применения на уроках физической культуры в школе, а также в учреждениях дополнительного образования детей.

Основными задачами методики являются следующие: сформировать знания и воспитать интерес к олимпийским играм и олимпийскому движению, их истории, целях, задачах, об основных идеалах и ценностях олимпизма (в том числе о принципах «ФэйрПлэй» [5; 36-45].

Применяемые средства подразделяются на теоритические и практические. К теоритическим относятся: лекции, беседы, обсуждения (об общих основах физической культуры и спорта, об олимпийских играх и олимпийском движении, их истории, целях, задачах, об основных идеалах и ценностях олимпизма).

Данная методика включает большой блок практических средств, к которым относятся: физические упражнения, непосредственное участие в соревнованиях и их организации, общение с известными спортсменами, общение со спортсменами других стран, участие в соревнованиях не только по профильному, но и по иным видам спорта, оздоровительно-рекреативные походы, совместное участие в подготовке к соревновательной и тренировочной деятельности с использованием творческого подхода, взаимопомощь и моральная поддержка товарищей во время соревнований, самоконтроль и самоанализ в тренировочном процессе.

Оценка эффективности применяемой методики будет осуществляться в дальнейших исследованиях.

Литература

1. Манифест СИЕПС о честной игре // Информационный вестник ВНИИФК, N10, 1977, с. 3-12.
2. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимпийская литература, 1999. – 80 с.
3. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. Для техн. Физ. Культ. / Под ред. А. А. Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.
4. Сосуновский В. С. Принципы Фэйр Плэй в современном юношеском спорте. Сборник тезисов докладов конференции международной федерации студенческого спорта «Университетский и Олимпийский спорт: две модели – одна цель?» 14 - 17 июля 2013 года. Россия, Казань. С – 289.
5. Ягелло В., Ткачук В., Блах В. Взаимосвязь антропометрических показателей с уровнем спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Сб.научн. тр. под ред. Ермакова С.С. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2004, № 2, с. 36-45.

Стадник В.В., Безгребельная Е.П.

Национальный университет «Львивска политехника»,
Львов, Украина

ВНЕ АКАДЕМИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК МЕТОД ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Аннотация. В работе рассмотрен вопрос вне академической работы в физическом воспитании студентов вузов, как действенного метода решения задач здоровьесбережения студенческой молодежи. На основе теоретического анализа и практиче-